

# CÓMO ENTENDER Y AFRONTAR LA PSICOSIS

PROGRAMA PARA ADOLESCENTES Y SUS FAMILIARES

## Sesión 6:

*“Identificación de  
pródromos y prevención  
de recaídas”*



PIENSA  
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN  
EN PSICOSIS ADOLESCENTE

**Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente**

Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón

Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM

Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM

# ¿Qué son los pródromos?



- Primeras señales de crisis
- Cambios sutiles y poco específicos en el comportamiento



## ¿Por qué fijarme en los pródromos?



- Te permite identificar el riesgo de crisis de antemano y si aparecen, afrontarlas mejor
- Debéis esforzaros por identificar VUESTROS pródromos para avisar a vuestra persona de confianza
- Elaborad un listado de pródromos, basado en experiencias previas, y forma de ser.



## Pródromos más frecuentes



❖ COMPORTAMIENTO

❖ PENSAMIENTO

❖ EMOCIONES



## Comportamiento



- Inquietud
- Agitación
- Falta de energía
- Bajo rendimiento en el colegio
- Aislamiento social
- Dificultades en el sueño
- Posturas extrañas
- Mirada fija durante mucho tiempo
- Lentitud en pensamiento y movimientos
- Vestidos estrafalarios
- Descuido de higiene personal



# Pensamientos



- **Dificultades de concentración**
- **Desconfianza**
- **Bloqueo de pensamiento**
- **Uso de palabras peculiares**
- **Comentarios sin sentido**
- **Preocupación excesiva por pequeñas cosas**
- **Obsesión con temas religiosos**
- **Aumento o disminución de interés en la sexualidad**



## Emociones



- Tristeza
- Culpa
- Ansiedad
- Falta de confianza en uno mismo
- Pérdida del humor
- Llanto excesivo o risa sin motivo
- Irritabilidad
- Excesiva preocupación ante noticias
- Susceptibilidad sin motivo aparente

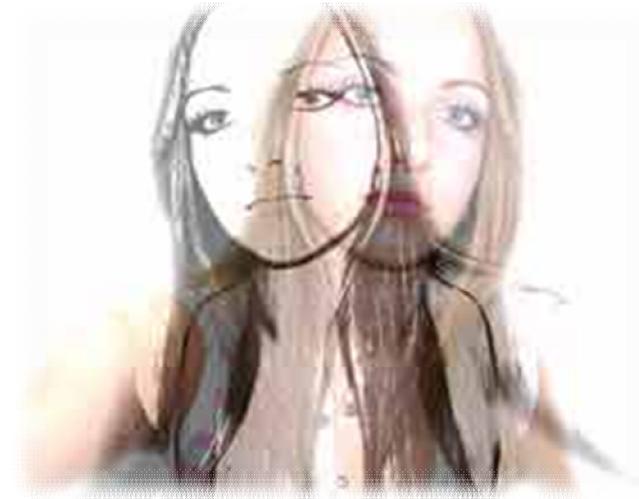


## Pródromos



### Importante :

- Estén presentes en **TODOS** los episodios
- **OBJETIVOS**
- Fácilmente **IDENTIFICABLES**
- **ESCALAR** en progresión hasta el **síntoma**



## Registro de conductas básicas :



### “Detectar cambios en el comportamiento”

Día	Medicación tomada	Efectos secundarios	Estado general	Conductas destacables
Lunes	<b>Si</b>	<b>Algo sueño</b>	<b>Ansioso</b>	<b>Contento con la terapia</b>
Martes				
Miércoles				
Jueves				
Viernes				
Sábado				
Domingo				

**importante:**

- ✓ que lo hagas **TÚ** mismo
- ✓ elijas un momento  concreto para rellenarlo

## Familia



Resulta muy útil que tengas un **FAMILIAR** que te avise cuando empiece a ver

### **SEÑALES DE ALARMA**



Esta persona puede ayudarte a:

- Rellenar el registro de síntomas
- A identificar las conductas patológicas
- A conocerte mejor



La elección de esta persona debe ser negociada → es mejor si tienes una buena relación con ella



- Después de identificar los pródromos...

## PLAN DE ACCIÓN





Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente





## PIENSA: Programa de Intervención en Psicosis Adolescente





# PIENSA

<http://ua.hggm.es/>

## Sección de Psiquiatría del Niño y Adolescente

Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón

Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM

Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM

